

井 上 希 道

## 坐に先立つて

初めての方、気楽に聞いて実践をして下さる。坐禅は本当の自分を知る為に、自分を解決する修行です。これを「決着を付ける」と言います。「道のために道を行くる」とも言い、結局本当に自分を行くる事であり、自分に徹底する事です。徹底したら自分と言つ意識上の拘りが無くなる。これが神の生命です。安住して余念のない事です。その他に何か尊し理屈を知るために何かを求めたりするものではありません。

自分を何時行するか。どうあっても「今」しかありません。何を行ふかは、「今」の縁に従ふべきのです。自分を根底から決着付けるのですから、自分から注意を離してはいけません。自分が「今」してこの事に徹底するのです。雜念せずに、成り切り成り切りする」とです。「れを「仏道を留う」と言つは「己」を「留うせ」と言ひのです。朝起きて寝るまで自分の一杯一杯の「今」を見失う事のない様努力するのです。これが禅修行です。

「坐つて坐つて」の瞬間の様子が、「今」の自分全てです。先ず「」の道理を理解して下さる。是れを「身体全是」と言つます。間違つても迷つてもいい、全て本物です。真理の丸出しです。私達は初めから間違つても居ないし、迷つても居ない、尊い存在なのです。全て成仏して下さるのです。

「」の事を初めて悟られた釈尊は、「奇なる哉。奇なる哉。有情非情同時成道、山川草木悉皆成仏」と驚かれたのです。「れ以上求めるものは何もない」の決定的な「今」の事実である「法」を体得するのです。体得するにはその物と同化して一つに成ることです。同化して一つに成ることは、あちらといがりて離れてこの「」を無べし」とです。いがりが無くなれば隔たりが無くなり、その物と一体化し同化するのです。つまり離れてこの「」を離れて取れば、常に「身体全是」です。「」無き時、自己なりざるなし」です。「」の絶対自覚が「悟つ」です。確かに成仏してたと自覚するのです。「」の大自覚を得るための修行であることを忘れてはいけません。全ての經典は、そのための大切な手引き書であつて、口に呴えて済ます物ではないのです。「」の經典に従い、祖師方のお示し通りに修行しなさい」と言つて下さるのです。

「」に大きな矛盾が起つります。既に成仏して下さるのであれば、現実何故迷つたり苦しみたり、葛藤し殺戮までするのか、と言つて下さるのです。

全て初めから成仏して下さるのなら、三世の諸仏は何故修行しなければならなかつたのかと言つ疑問は、道元禅師十五才の時に抱いた根本的な矛盾觀からです。道元禅師ばかりではなく、「」の大脈の論理性からすれば誰でも矛盾を抱く筈です。

「」の矛盾觀に強烈に囚われた十三年間の道元禅師だったのですが、結論から言えば、矛盾と知る「」、そんな理屈に囚われる「」が有つたのです。要するに心身が隔たつて、から「」が発生し、それ故矛盾とつ觀念の虜になつたのです。「」の心的現象は釈尊も同じです。是れが迷いや苦しみの根源ですから、矛盾と感ずる「」を解決しなければ治まらないのが道理です。

物事の矛盾を解決したとして、その事に附る葛藤が治まつても、葛藤したり矛盾だとして囚われたりする「」が有る限り、別その様な事象に遇えれば、又同じように矛盾として捕らえて苦しむのです。とにかく心が、その様に捕らえる対立的構造であれば、「」の矛盾觀から起つる疑問と葛藤は避けられなこのです。この道理を良く理解して下さい。

従つて「」を取る以外に、自己矛盾の根源である対立構造を解決する方法はないのです。対立構造とは心身の隔たりです。「」の體てを取るのが仏道修行です。「れが禅修行であり解脱の法門です。」れ以上決定的安定を

得る方法は絶対に有りません。それ故にこれ以上の精神の根本治療も無く、これ以上の道は「即ち無心」の道です。最高の幸せは、絶対に自己矛盾を起さぬ心であり、決着を付ける事の真意義です。

何はさておこても、正しく修行に勝るものはないのです。自己に於いて決着さえ付けば、怨も怒りも嫉み愚癡も起ります、世界は瞬時にして淨土に治まるのです。信じられない人は、自らを信じられない人です。地獄に入るといひ矢の如し、猛省して下さい。

とにかく道を得ることが先決です。それは隔てを取り自己を取り立てる事です。素直になつて、何の疑惑も感情も言葉もイメージも入れず、縁に成り切る努力です。徹しきつて自己を忘れ切るのです。これが生きた禅修行です。つまり、心の中で何か素晴らしい世界を空想したり、何かを求めたりする想像要求癖があるでしょ。又、自分は「いつだとか、本当はいつあるべきだ、等と善悪、取捨、比較、分析したりして理屈を立て、更にそれを引つさげて拘るでしょ。これを自我を立てると立つのです。自我によつて対立構造になつてゐるからです。」これが迷いの元、執着の元、苦しみの元です。この元である自我を解決するのが修行の目的です。

元を解決するには心の癖を解決するしか無いのです。決着を付けることです。心の癖とは隔てです。

それは「今」に徹しきつて自己を忘れる」のです。「今」に徹しきつて自己を忘れたら、何故心の諸問題が根底から解決するのかと云ふと、本当の「今」に田覚めたら、一切の過去も未来も現在も落ちるからです。金剛經の「過去心不可得、現在心不可得、未来心不可得」とはこの事です。

隔てが取れて自己が無くなつ、「今」ばかりですから前後が無くなつて対立構造が壊れるのです。対立構造が壊れた瞬間に一元化して、一切が実相の「今」に帰着するため、観念による虚構現象が消滅するのです。知性の機能が消滅するのではなく、バーチャルな空想現象に囚われて、自己が無くなるのです。そつした虚構から解き放たれて自由になるのです。即ち、一切の過去にも囚われず、一切の見聞覚知の現象にも囚われず、一切の心中にも囚われなくなるか、完全なる解放を得るのです。このように自己から解放され、心から解放されることを解脱と言つのです。一切が落ちることを脱落と言います。

自己が無ければ余念は無いのです。余念がなければ身心一如です。その物自体です。見たまま、聞いたままです。その物自体には癖も迷いもない、真理の丸出しだす。柳は緑、花は紅です。何の道理もなく、思う必要も考える必要も無い、本来の様子です。これを道と言つ法と言つのです。私達自身も又真理の眞体全是一です。これを体得するのです。

法を妨げ真相を汚して、自己を陶冶しなければなりません。そのためには徹すべく大いに努力をして、道を極めなければなりません。

けれども身と心とが離れてしまつて、心が勝手に浮遊し眼耳鼻舌身意と知的行為と感情作用が絡むのです。即心が幽靈の様になり、化け物の様な活動を開始するのです。折角の知性も美しい感性も惑乱葛藤して、最終的にはこの折衷から脱却する為に、この心をも体をも捨ててしまつしかなのです。つまり死ぬしか迷路は無くなる、「自我のために行き詰まる」のです。だから年々自殺者が増えるのです。日本は年間二三万人、フランスはもうと多くて世界第一位です。人口は日本の半分ですが。

そのくらい心身の隔ては恐いのです。従つて理想も情熱も努力心も旺盛な今の内に、心の癖を解決しておかないと厄介から解放されることはあります。だから、身心一如の「今」その事に成り切り成り切りするのです。成り切るとは、その事に没頭して我を忘れる事です。自分も無くして、事も無いのです。その時、身と心が一つになり隔てが無くなるのです。余分なものが無いので見聞覚知に触発される慧智悪覚が無くなり、自分の心に振り回されなくなるのです。

今から数時間ではあります、が坐禅をします。命懸けで取り組んで下さい。正しく方法で具体的に努力をすれば、必ず具体的な結果が現れるのです。求めのものではなのですよ。追求するのでもないのですよ。只一心不乱に、眞面目に呼吸しておれば、隔てが落ちて、すかから身心一如になるのです。

本当にそこ剣達して初めて自分の殻が破れて自由となるのです。禪の本領は徹し切つて我を忘れる事にあるのです。とにかく自分を捨てて一心不乱に「只」する事です。

## 学道用心集 第八章 提唱

### 第八章

#### 禪僧行履の事

「右。仏祖以來、直指單傳、西乾四七、東地六世、絲毫を添へず、一塵を破ること莫し。衣は曹溪に及び、法は沙界に周ねし。時に如來の正法眼藏巨唐に盛んなり。其の法の體たらくは、模索することを得ず、求償することを得ず。見處に知を忘じ、得時に心を越ゆ。面目を黃梅に失し、臂腕を少室に断す。體を得、心を翻へして風流を買ひ、拜を設け、歩を退いて便宜に墮つ。然れども、心に於ても身に於ても、住なく著なし。留らず滞らず。趙州に僧問ふ、狗子還た仏性ありや也なしやと。州云く無。無字上に於て、擬量し得てんや、擁滞し得てんや。全く把鼻なし。請ふ試みに手を撒せよ。且らく手を撒して看よ。身心は如何、行李は如何、生死は如何、仏法は如何、世法は如何、山河大地、人畜家屋、畢竟如何。看來り看去つて、自然に動靜の二相了然として生ぜず。此の不生の時、是れ頑然にあらず。人、之を證する無く、之に迷ふもの惟れ多し。參禪の人且らく半途にして始めて得たり、全途にして辞むること莫れ。祈板、祈板。」

「よこよ道元禪師の真骨頂です。これこそ道元禪師の慈悲の当体全是です。出来るだけ純粹に真髓を語つといつなるのです。説明する余地のない世界ですから、純粹を説明すればすむほど、説けば説く程汚れてしまつのです。心の実体、宇宙の真理は、分かる分からぬ理解出来る出来ないと言つものを越えた世界なのです。是れを端的といつのです。端的とはそれ自体のことです。初めから知性が届かないのです。「只」聞けば真意に叶うので、自己を持ち出さず」に聞いて下さ。」

正しい修行さえすればオンマラカを見るが如く明白となるのです。オンマラカとは手の平ですよ。自分の掌を見るが如く明白で、その人はもう絵僧の領域です。絵僧は、隔てが取れて大ひまが開いた、決着が付いた人です。ここに多少の蛇足をつけてみます。

#### 「禪僧行履の事」

「禪修行者の心得です。行履と言つのは行状、行為、様子です。」

#### 「右。仏祖以來、直指單傳、」

お釈迦様よりこの方です。命懸けの修行によつて冷暖自知して真実の法を伝えてきた。それを直指單傳と言うのです。真実の道は真実の人によつてしか伝えられません。それは純粹なる端的ですから、文字にも言葉にも顯せられない道だからです。真箇に徹して何も無くなつた消息を、証明によつて伝えてきたのです。徹したら直指です。即その人です。単傳です。何者かその人にあらざる。誰か知る、雪中に立つ人、是れ何者ぞ。

#### 「西乾四七、」

乾とは天。西天でインドの別名です。四七と言つのは、掛けて二十八です。摩訶迦葉から達磨大師ま

でのことです。師の般若多羅尊者は、それまでハイドに伝授されてきた正伝の仏法が滅亡するのことを恐れ、達磨大師に東土へ渡つてこの大法を伝えよう、委嘱したのです。大師は三年かかって支那の廣州に上陸しました。印度はここで正法が断絶したのです。

滑稽なことに南伝仏教が釈尊の本当の法だと、スカラカンに眞実の法が伝わつてゐるとか言つ人が居ます。習慣などを法だと思ってゐる人にはそれも又眞実として映るでしょうが、正伝の仏法は一十八代達磨大師によって支那に来てしまつたから、この直指單傳の妙法、正法眼藏涅槃妙心は他にないのです。形式や思想や芸術は四方に伝わつてつたので、そうしたものは至る所に存在しています。又、小乗仏教から大乗仏教へ発達したといつて説は、余りにも稚拙です。仏の教えは一切皆空が根本です。皿口が無いから拘れない完全解放の体得、即ち解脱する事です。無我が発達するか否か。空が小さくなつたり大きくなつたりする者かどうか。初めから何が仏法なのが、法理さえも理解していないから言えるのです。

「東地六世、絲毫を添へず、一塵を破ることなし。」

東地は支那です。達磨大師から六祖大鑑慧能禅師までを言つのです。それからもずっと直指單傳の法は伝わつたのに、何故六祖までを上げて言われたか。それは道元禅師の意中で、それから大法が普く広まつた事への喜びと、それまで辛くも一粒種に依つて伝えられた危機的状況の尊さを無視出来なかつたから、ちょっと含みを以て六祖までを語つたのです。

東地六世まで師資一器々々、純粹な法を間違ひなく伝授してきました。裏返せば、いゝ加減でも、一から一人でも多く方が良いとしなかつたので、有り難いかな中途半端な法にならなかつたことを強調してゐるのです。そこを「絲毫を添えず、一塵を破ることなし」と証明したのです。つまり自我を取り尽くした眞実の仏法を、師資一器に伝えて来たのだ。何と尊いのか。この大恩が分かるかと言つてゐるのです。

「衣は曹渓に及び、法は沙界に周ねし。」

釈尊が証明の爲に摩訶迦葉に与えた物が一つ有りました。釈尊のお袈裟と鉢です。これを代々伝えて六祖まで来たのです。所が有り難いことに、六祖には南嶽懷讓禅師と青原行思禅師の「神足」が出現しました。この事を道元禅師は大法の慶事として喜ばれてゐるのです。それまで一資一器に伝えていた袈裟と鉢は、六祖でストップさせたのです。何となれば、たつた一人だけですと師匠以外に証明出来る者が居ないが、二師現れたから複数の証明者が存在することとなり、もう大丈夫なのです。そこで「衣は曹渓に及び」ましたがそこで留めた。それはそこから「神足」によつて「法は沙界に周ねし」のです。

「時に如來の正法眼藏臣唐に盛なり。」

如來の正法眼藏、端的の消息は臣唐に広まつてゐた。こんな嬉しことはない。素晴らしいではないかと、眞底喜んで居られるのです。

「其の法の體たらへば、模索することを得ず、求償することを得ず。」

體たらへば、正体とか真意義とか実体とかの意です。如來の正法眼藏、涅槃妙心は、探したつて他に有る訳じやなし、探しても求めても得られるものではない。

何故かと言うと、もう既に私達がその人だからです。お腹が空いた時にちやんと食べる。疲れたらちやんと寝る。一步を進めたちやんと目的的に到る。立とつと思えば立てるし、座りつと思えば座れる。嘘で見るものは一つもない。偽物で聞くと言つ事は出来ない。偽りの味わいと言つものも無い。悉く私達のこの様子のまま、因果のまま、眞実の丸出しですから、だからそれ以上求めても得るものはない。それ以上追求する別の世界があるの

でもない。これが大法の正体なのだと云つのが、「其の法の體たらくは、模索する」とを得ず、求償する」に得ず。」です。次も同じです。

「見處に知を忘じ、得時に心を越ゆ。」

偉いことを言い出したものです。いいですか。見處とは見る底です。見即処です。端的です。」の間、自己有りや、見有りや。何者有りやと参究すべきです。」ここで躊躇有れば三十棒です。見る間、知を忘じ見を忘す。諸法を忘じ諸仏を忘す。一切を超越している消息、これが「得時に心を越ゆ。」です。これを体得するのが修行です。

「見てしる」と云ひ認識が有る時は、本当に見てあるのじゃない。妄想してるので、それを妄想と言うのです。本当の見時、見處は見る底です。見即処です。端的です。」の間、見處とは見る底です。見即処です。その間に見ると云ひ自覺症状、知的、認識的なものは介在する余地はないのです。

ここで迷いと真実との境目が分かるでしょう。「今自分は見ておる。確かに見ておる」と思つてある間は本当に見てあるんじゃないのです。何となれば、眼に印つてある情報を、知性で捕らえ認識と言つて处置をして、それを更に解析して、見ておると想像をしておるものです。

本当に眼のまま、全身見ておる時には、そんな余分な事はしていないし、時時の真実を汚したりはないのです。端的はそんな汚れも暇もない、そのもずばりです。そこで道元禅師は、

見るままで、また心なき身にしあれば

見ると言うだけ時の盗人

と絶妙な道歌で端的を言い表しています。見るままで、と言ひのは見るその瞬間に成り切つて、見ておる事も忘れてその物に成つていい。これが本当に見ておる時で、その時に見ておると思う事自体が余分なことで、もう時の盗人だと言い、迷いであり妄覚だと看破しているのです。

耳に於いても然り。他の見聞覺知全てがそのなのです。意を用い、心を作用させてはいけないと云つなら、じゃ、どうしたら良いのかと、本当の修行者なら、当然この大疑問が起つばかりを得ません。

何時も言うように、何とも思わず「只」見る。「只」聞く。是れに及ぶるのです。そこに何らの知性を必要としていない「只」の端的が有るでしょう。意識を持ち込むと過去の情報を絡まつてきて、知的想像世界に引き込まれて妄覚の餌食になるだけです。」いつした血口の計らいを持ち込まなかつたら、見るままで。『見處に知を忘す』です。見てしると知る血口が無い」と云ひ」とがはつきりするのです。それは見處は端的だから、心とすべきものなど無い」と云ひ」とです。「得時に心を越ゆ」とは」の事です。本当に名言です。心を越えるとは一切が既に端的で知る知らなこの血口が無い」とです。血口が無くなると、一切と現成する」とです。

聞くままに また心なき身にしあれば

「已なりけり軒の玉水

」の一超直入如来地の所が功夫参学の急所です。絲毫を添す。そのもの血体です。そのもの血体は初めてから因果の丸出し、因縁の丸出し、真実の丸出しです。本当に「今」に血口覚めると云ひ事です。

「面田を黄梅に失し、臂腕を少室に断す。體を得、心を翻へして風流を買ひ、拜を設け、歩を退いて便宜に墮つ。」

「面目を黄梅に失し」と、云つなると手が付かないでしょ。これが境界辺と言つもので。今、道元禅師は含みを以て語り、自発を促すべく仕掛けられたところです。黄梅は五祖大満弘忍禅師の別称です。六祖が五祖の所でハケ月間、米搗き部屋で端的を鍊られましたね。すつかり自己を陶冶し尽くして

残り物一切が取れた様子を、「面目を黄梅に失し」と言つたのです。所謂面目と言えば、即ち本来のこ

とですが、「こでは道元禅師の思惑があるのです。

六祖は薪を売つて母と共に生計を立てていました。商いが終わつて「さ帰りなん」とした時に、門に雲水が唱える金剛經の「應無所住而生其心」の一句に触れて、自身がコロソと落ちた。この瞬間、忽念として本来の面目に気が付かれましたね。その事を五祖は初相見に於いて見て取り、体得したこの本来の面目を根こそぎ剥ぎ取り、真箇真空妙有、涅槃妙心を得させるべく、米つきをさせて悟後の修行に徹底させたのです。遂に、得ていた面目を米搗きで踏み破り、「本来無一物」と打つて出ました。大成したのです。五祖によつて持つていた面目を破ることができて、真箇一大事因縁に目覚められた。その事を「面目を黄梅に失し」と言われたのです。正法をそこで得たと云つことです。次も同じです。

「臂腕を少室に断ず」とは、神光慧可大師が達磨大師の元で肘を切断して大法を得た事です。雪中に立ち、肘を断つ是れ何者ぞ。

少林の雪にしたたる唐紅に

染めよ心の色浅くとも

これが本当の菩提心であり、祖師の祖師たる所以です。

達磨大師に、「汝の心を言ひ持ち来たれ」と。命懸けの一問一答。頭の先から爪先まで何處に心があるんだどうかと探してみた。探してあるそのもの自身が既に心であると言つ事が分かつて、他に心とするべきものなど無いと諦めた。そこで「心を求むるに遂に不可得」とやつた。「じゃあ、苦しき時には苦しきで良じやなつか。苦しみ三昧が道だ。その他に心はないと知れば、救うべき心など無いじやなつか」と。つまり「苦しきと知る自己があるか、苦と一人連れになる。だから苦しむのだ。苦しき時に苦しきばかりだ。苦と知る自己が無ければ、苦の終苦はない」と。ここで決着がついたのです。

そうですよ。嬉しい時には嬉しいしかないから、嬉しいと思つ心を何處かで探して来いと云われたつて、嬉しいそのものがもう既に嬉しく自己ですから、他に探しても無いのは当たり前です。その心自身も縁に依つて生まれたものだから、一時の様子に過ぎない。幻だから何処にも無このです。その事がはつきりしたら苦しみにも嬉しきにも執着の余地がない。嬉しい三昧、苦しき三昧。その時その場の限りです。成り切つて自己無ければ何も無い。これが如来の消息です。

達磨大師に四人の弟子が居ました。一人は「お前は皮膚を得たり」、次の者は「肉を得たり」、「三番目の弟子は骨を得たり」。四番目の慧可大師は只礼拝をしたのです。理屈を一言も言わず、「只」礼拝したのです。満身の礼拝に汚れや癖や自己が有るつ筈はない。純粹そのものを投げだしたのです。「お前は體を得たり」と。お前は釈尊の真髓を得たと。此處で印可証明をされて支那第一祖となつたのです。これが「體を得、心を翻へして風流を買ひ、拝を設け、歩を退いて便宜に墮つ」の意です。自分を本当に離して自由を得た神光慧可大師の心境を、道元禅師がこのように讃えられたのです。

いま少し蛇足すいと、心を翻へして風流を買ひとは、心を求めたら心がなかつた。その事が本当に分かつたら、心から解放されて自由自在となり、真に風流この上ない心境となつた。体得した端的を礼拝で示したのです。この礼拝、何者も寄り付けぬ。大獅子吼と知るや知らすや。歩とは一步進める事で、未だ求めて進むものがある、求める自己がある。退くとはそれをも越えた、求め尽くしたの意です。便宜に墮つとは、法を得たそれからは、衆生を導く為に色々便宜をとされた。つまり法を説き、衆生を導かれて休む間もなかつたと言つ事です。

「然れども、心に於ても身に於ても、住なく著なし。留らず滞りず。」

一読了読でしよう。然れども、と一転して語り口を転進するのです。今までには如来の正法眼藏を如何にして單伝して来たかに重きを置いたものでした。今日正法に遇えるといひいとはそれ程に法の幸いする所だから、粉

骨碎身も報ゆるに足りずとの氣概と責任を持つて嫡々相承の那一人となれよと激励してきました。

それはさうであるが、正法として特別に何が有るところものではない。それを「然れども」と強く響かせて次を徐に引き出す文法です。

身に於いても心に於いても、物に於いても事に於いても、一分一秒たりとも離まつて「な」無相が実相であり、是れを仏性と言つのです。この大宇宙は無常に依つて生まれたのです。無常とは流転変遷をし変化する事で、今更言つまでもない事です。離まらずして縁に従つてその姿を自由にす。何故離まらずして自在なのかと言つて、その物に実体がないからです。実体がないから縁と縁、出念こと出念い、関係と関係に依つて「口口口口口口口」自由自在に變つて行くのです。水は加熱すれば氣体となつて天に昇り、冷やせば氷となつて船を遮る。しかし水の姿は変わればその性は変わらない。縁次第と言つていいのです。

だから縁に依つて宇宙は變遷流転して、今、縁に従つての姿があるだけです。無常に於て自在に変化してくるその物が宇宙です。生まれる物でも消滅する物でもなつのが宇宙です。始まつも終わつもなつと言つていいのです。

無常にして無自性空が宇宙の本質です。

「今」も同じです。「今」の始まる時も、「今」が終わる時もなつのです。心もまたそつです。生命も私達も、因縁所生の法に依つて現れましたが、無自性空ですから何時でも変化するのです。何も無いから生まれたし、無常だから生まれたもので、縁に依つて自由に生死するのです。従つて生死に生死は無いのです。一れを生死涅槃と言つのです。「心」に於ても身に於ても、住なく著なし。離まらず滞らす」とはいの事です。何處にも固まつてある心のまない、探したつて住家とする所もない。今、「口」斯くの如くあるだけです。我々も仏祖と同じく、斯くの如く「今」「口」あるだけです。仏性りしげなものや仏法りしげなものは何処にも、何者も無にだれつて、認める心の癖を指摘して、速く隔てを取れよと無言の檄です。

「趙州に僧問ふ、じおしゆにそうもん 狗子還た仏性ありや也なしやど。」

「いのうじ道元禪師はあの有名な「いのうじ狗子仏性」の話をテーマにして、仏性とは真空妙有にして無自性空なる様を知らせよといつてござるのです。

もう亡くなつて四十年近くにもなりますが、義光老師、大智老尼のお弟子で、藤井よねと云つお婆さんがいました。この人は一生懸命日々隙を「く」えず、今、今の端的を練つてござました。次第に見るもの聞くものにも汚されない「口」になつてきました頃の「口」、くに入った茶碗を買つてきたのです。

当時のお風呂は、四五口に一度と云つ頻度で、木や落葉や「口」を焚いて沸かしたものです。集めた「口」を焚いていたが、買つてきた茶碗が火炎の中に現れた為、思わず茶碗を取り出そつと手を突つ込んだ。「熱い。」に自由に取られて悟つた人です。それは平素練つておつたから、時節が来て「熱い。」の縁で徹したのです。突飛もなし痛さや驚きや、熱さ、音、臭い等だったがゆう言ひ者ではないのです。偶々その縁に出来て、それによつて「口」を取りられて突入したのです。正に縁です。

我れ無く、全身そのものになつた瞬間は誰でもあるものです。けれども何故その時悟れなかつたのかと云ひ、熱してこなこから隔てが落ち切らなつたのです。落ち切るまで徹してこなこからです。だから打発にまで到らないのです。

由應下の於三やお察は、極めて純粹で眞面目で、昼夜隙無く「口」やつたでござる。永嘉大師だつて「口」ひたすら金剛經を読誦して「口」徹した人です。

ですから日々、時々、我を忘れて満身そのものになつて「口」するのです。「口」を練るとは一つの事に徹する。その物を離さぬよつて一心不乱に「口」するのです。それに没頭していけば良いのです。禅は難しい事をするのではない。一心不乱に一つ事に徹底する事です。

知性が、あれやこれやそれや、一つも頭の中に並べて、どれかな？ あれかな？ それかな？

と比較分別し疑つて見たり、是と思つたり非と思つたりして、心を騒がせるものだから徹する事が出来ないのです。先ずそれを止める事です。道元禪師が、「心意識の運転をやめ、念想觀の測量をやめ」と注意されたのははそのためです。だが、今止めても直ぐ出てきて搅乱するから、なかなか思うように行かないのが初期の修行状態です。

ではそれをどのようにしてクリヤーするかです。迷いの原因が隔てですから、身心一様に戾す努力です。と言う事は、単純に「口」する」ことです。単純な事を単純に「口」するのです。徹するまで昼夜を問わず努力するのです。

「州六く無む。」

趙州禪師が「無」などと言つだしたものだから、「」から天下が騒然とするのです。又、「」の「無」の一字が解決すれば、天下は即座に治まるのです。」の「無」は nothing などの簡単な「有の無」の無ではなく、血口無々、比較すべき相手も無く、心も物も無く、釈迦も祖師も無い、いわば乾坤虚空、入息出息です。眼横鼻直です。「口」も「無」。【口】馬鹿野郎。【口】南無阿弥陀仏。」の「口」が手に入つたら良つのです。つまり「無」に成つ切つたら「無」も無くなる、「口」即「無」です。」の時趙州も祖師方も自分も、元より同じだったことが分かるのです。

無（ム）と云ひ乍ら あたひ言葉の障りかな

無とも思ひぬ時ぞ 無となる。

「無子上に於て、擬量し得てんや、擁滞し得てんや。」

」の「無」の字に、畢竟何が有るところのか。何が隠されて居るところのか。と詰め寄り、言詮不及意路不到に到りせる活手段です。分からぬ言葉に出合つて、直ぐに何だかつかと意を巡りせ血口が運ぶ。これが心の癡であつ妄念です。煩惱であり執着の根源です。隔てがあり血口が有るからです。」の妄根を断つて涅槃妙心を得させ、真に「安樂境にしてやうつとの慈悲です。要するに「口」になれと言つて」とです。

」の「無」にて、如何様な知的判断を下し、科学的分析を導入したりして「無」は「無」でしかない。疑義推量の余地は無このです。廿二時には口ばかりで、砂糖は何故廿二のかと詮索しても、」の廿二事実に何らの理屈はない。辛も酸も旨同じです。苦しい時に口苦しきばかりです。死ぬ時には死ぬしかなこのです。その時生きたこと願つたりして出来なじ事を得よつともがくと、心が更に空想妄念を刺激し、恐怖感などを導き出しつて苦しむのです。死の時には死のままに任せせる力。その物と一体になる事を安住すると云つてじよつ。」これが「無」です。「無」の全体露堂々と究めるのが坐禅です。それ以上も無ければ迷いもなければ、それ以上に救われるものもない。当然苦しむものもない。しかし、その大境界を得るに至り、真箇「無」に徹して血口を封じ切れよ。擁滞とは、塞つたり捕まえたり隠したつする事です。無字の中には、そんな何かが有つそつと妄想するなよ。やんなものは一切何も無じぞと続くのです。

「全く把鼻なし。」

把鼻なし」と、捕まえ所がない」とです。手が付かないのが「無」です。本来因縁所生の法です。手が付く代物ではないのです。本来目が口をして「」、一切名相揃折に関わらぬことに着眼する」とです。」を「名相の方面に知覚を遺さず、幾ら見ても向こへては知覚も意識も何等の跡形は無い。全く把鼻なし、群生の長に此中を使用する名相の知覚に方面露れず、」からも、じこなに知覚を巡らせて見ても、口に向こへつが現れた物でもなく、口には元来何も影響される物は無い。全く把鼻なし」と道元禪師の結論です。

生老病死、天地自然、見聞覚知共に手が付かない世界です。是れを「全く把鼻なし」と云つのです。気が付いた時にはもう産まれて居る、死ぬ時は誰も分からぬ程徹底して「」、分かる分からぬ」を超越して居るので

す。知らないのが本領で、知るのは皿口の話です。是れを妄覚と訛ひのひ。本来左視右視如来現前です。もつ脳ひのひも脳ひのひやなこのひ。更に求めると妄念我執となり、妄界に墮すのひ。『全く把鼻なし』ですから、「無」には手が付かないこと、いふもなこのひ。渾身「無」に參じて徹するしか道はない」と訛ひのひです。

禪は根底解決の道です。全て手放しの「無」を鍊るのです。全く把鼻なし、と体達したら本当に世界に目覚めた時で「無」を天の川一杯に並べ一飲みにするくらい造作のないことです。趙州・道元両古仏のみならず、歴代祖師復活して明了々。山雲海月の情を如何せん参。

「請ふ試みに手を撒せよ。田らへ手を撒して看よ。」

試みに田舎の手をよく見て、深く観察してその実体を突き止めてみよ、と言う事です。折角道元禅師がそつおつしゃつてゐるんですから、皆さん手をちょっと上げてご覧なさい。

掌を出しつつ、そして指を曲げてみてやれ。田舎に思つてまあしなむだしちゃ。

「口」縁に心じて血由に作用し動くけれども、その実体は何も無いでしょ。何處にも、何も癖や迷いや善悪など無く、瞬間々々「口」縁に従つたてに過ぎないのです。無為にして血在でしょ。全く「把鼻なし」でしょ。

身心は如何、

「お身」「お心」の様子にどんが手たてでよなぐ全般かそでてあり、天地自然もそでたるです。その瞬間のあれこれの作用、動き、関係性の現象として、その瞬間にそれがその様にあつたけれども、今どうじゅうと得道三十棒。不得道三十棒の勢いです。何とか言わぬと道元禅師に申し開きが立たぬといつです。

「お身」「お心」、「全く把鼻なし」と言えば、こきなり三十棒を喰らこます。「全く把鼻なし」ならびに、是れはどうじゅうと、一の矢を放つて試みる」決まりこますから。

「」の時若し、「全く把鼻なし」と本当に決着が付いていたら、何事も無いから、却て老和尚に問う。身心如何。」と問う充分な余裕があるのであります。このように切り返して問うことを「検主問」と言つのです。些か力量のある「」の悪一着手ですか、庄客由申です。

そう出られると当然に「お、我れ是の如し」と又々言下に三十棒を喰らわせます。ここで竜蛇を見分ける必要があるからです。本物なら本物の如きに、偽物なら偽物の如きに扱うのが法であり、師家の本領だからです。

本当に全く把算なし」ならば、流石の道元禅師も命じておられる事になるのです。若し未在底なれば、徹底尽くせしるべへ、血口を碎くための手立てを講じていかねば、仏祖に申し訳が立たないのです。

現実はその場、その場、その時、その時で完結し終わつたのですが、それを情報化して頭に貯め込んでいくのが、血口が問題なのです。血口を貯へすれば、血口無きめで徹すらかなのです。逆に、この擔心如何と、血口にて徹して貯へるのです。一心治めなければ、血口無き消息が体得出出来るのです。

「行李は如何、」

行李とは立ち居振る舞いの様子、行為です。一日中動いたって何一つ残ってはならない跡形がある訳ではない。全て因縁所生の法であり、無自性空ですから、何一つ有る訳がないのです。空の流転がその時の行李です。この間、自己有りや否やを看破せよ、と言うのが真意です。只如是です。更に何をか言わん。立つてみよ。歩いてみ

よ 何者かはそれを遮るものありん。

「生死は如何、」

本当に生きてないといはざりつ事じや。死ぬとは何じや。と修行の目的と本分を突きつけて試みたのです。これが明らかにならなければ、仏道修行者とは言わさぬぞ、と道元禅師の本音がよく見えます。修証義の冒頭にて「生を明め死を明むるは仏家一大事の因縁なり」とあるでしょ。高祖の末裔なりば、何とか言わなければ袈裟衣が泣きます。

無門関に「倩女離魂」と言う公案が有ります。是れが分かれば面田が立ちます。理屈で分かる世界とは違つて、それには腹の下でしつかり坐るしかないので。体を認める、始まりと終わりが付く。これが生死の元です。この体が無くなると生死と言つ言葉が無用となる。要するに死れたことであつて、気に掛からなくなることです。それには口管打坐して血口を閉じるの外はなつのです。生死の肉体など、何処にも無つこりやなつて、と言つことがはつきりするのね。血口を閉じた消息が有つてからのことです。そこでどう答えるかは自由自在です。もう問題ではないのです。元より言語上には何も無い未生以前の消息ですから、右視左視、見聞覚知に用はなつのです。道元禅師は、「生死は仏の御命也」と言つて、生死を駆走にして食べてしまわれました。そつして「生死として獻うべきもなく、涅槃として欣うべきもなし。」駆走様でしたと云つて同じ。美食も飽人の喫に却たらずと放つたといふです。徹して血口無き境界には、何事も無用の長物です。

「仏法は如何、」

我が這裏仏法無し。血口が無ければ法なひる無しです。有りの處、真実丸出しですから当然です。これが仏法です。他に法は無つのです。だからわざわざ法を探す必要は無つこじやなつ。自分の全体が既に法丸出したが、と。「仏道を離つて血口を離つせ」癖の血口を捨てて、本当の血口、即ち前後の無つ血口、本来の自己を見出しなさること言つてゐる。早し話が、只管打坐、只管活動に徹し、即心是仏の體、血口は仏と見めなさること言つてゐる。

見る時、見るものなつ。これが仏法ではないか。真実ではないか。仏ではないか。先ずは徹してからの話しだ。その前に、とにかく菩提心に恥じ、且つ鞭打つて努力せよと云つてある。

「世法は如何、」

仏法に実であれば、世法にも実なひる無しです。世の中は縁の集合体です。それぞれが関わり合つて成り立つてゐます。患者が居ればお医者さんが必要だし、衣食住みな布施の檀度です。

その実体はとなるじ、全て因縁所生の法です。かい、流転をしてゐるのでその時の様子でしかない。儲けたからと書いて書んでも、縁に従つてせりと裸になつて、宝くじに当たる人もおる、当たらない人もおる。足は頭の代わりになつてゐる。血は口の働きはせぬ。皆縁の独立した様子であり、個々の差別と個々の作用から成り立つてゐる。何れも和氣藹々として少しも衝突したらはしなつでしょ。空の働き故に、世法と仏法と何処が違うのか、とくと道取して見よ。それだけじやなつて、と次に続けるのです。

「山河大地、人畜家屋、畢竟如何。」

須く一つ物の分かれです。縁の邊で様子が異なつてゐるに過ぎなつて、或つては山河大地となり、羊となり草木となる。縁の自在さ加減を見て取れよ。何處に問題があり、迷つことがあるのだと。山河大地、人畜家屋、畢竟如何。皆全く把鼻なし。仏祖も退倒三干です。言つことも思つとも無い。是時十方法界の土地草木牆壁瓦礫皆仏事を作す」と言われたのは道元禅師です。おののの利益に預かつてゐるのだから、何処に不平不満が言え

るのか。満身その物に成つて血口無く「口」しなせ。それが報恩であり真如実相であり、山河大地、人畜家屋、山川草木、悉皆成仏だぞと。本覚をもつて観聞覚知をしてはならぬと、暗に注意しておるのです。古人曰く、柳は説く觀音微妙の相と。

「看來り看去つて、自然に動靜の一相了然として生ぜず。」

血口も思ひも無ければ、「口」見、「口」聞くだけ。その時、動くとか動かないとか、有るとか無いとか、分かつたとか分からなじとか、そんな分別をする血口などは無い。それを、「看來り看去つて、動靜の一相了然として生ぜず」と言われたのです。

要するに隠てが無ければ、ありのままで。その物自体です。「薪は薪の法位に住し・・灰は灰の法位に住す」と。薪の時、燃える時、灰の時。時が異なれば縁も又異なる。従つて様子も異なる。「これが因縁所生の法です。捕まえよつがな」のです。それが本当の時か。それが真実の様子かと問つても、その時、それ以外の真実も様子も無いから答えようがない。全く把鼻なしです。前後が有りながら、「今」は前後際断、不一無一の世界です。

時に「つせ無し時に真偽は無しので、真実以外に余物は無い。薪の時、燃えておる時、灰の時。全て本当の時です。宇宙は因縁所生の法です。間違つた物も偽物も無い。端的にして露堂々です。だつたら縁のままに従い去るしかない。今、今、真面目に「口」やるしかな」。本当に看來り看去つておなら、自己など何処にも無いではないか。動だの静だのじ相対的に見る癖などは起じらぬ類だ。本当に看る時、看來り看去つて何も無いのだ。動靜の二相了然として生ぜざるを自知するかと。

「此の不生の時、是れ頑然にあらず。」

自我が取れ理屈が無くなつた時、しきなりからうとしてしまつ。だからとこひてそれは決して融通が利かない様なことではない。見方や考え方が固まつて無知性無感覚になつたのではなく、と。頑とは頑固の頑で、固まつて融通が利かない事です。

それらとは全く異なり、本来の様子であつ血口で隠てのない消息だから、絶対に心配はなじ、疑義を払袖したのです。

「人、之を證する無く、之に迷ふもの惟れ多し。」

人には認識する自我がある。分別をし比較をし、過去に囚われて迷いをわざわざ引き出して苦しむ。人、即ち心があり隔てがあり自我があり、自他分別に囚われる。だから人としての意識を離さない者は、「不生の時、是れ頑然にあらず」の様子は絶対に分からぬ」と言うのが、「之を證する無く」です。なかなか体得する事が出来ないのです。つまり人我でもつてああじやじつじやと、理屈で取り沙汰して迷う者が多い。いや、全てと言つていいくらじだと。「之に迷ふもの惟れ多し」とはこの事です。

然るに依つて、先ず人としての自覚と自尊心に基づく血口意識を捨てなければなりません。自己を捨てなければ、人としての迷いから抜け出られないし、仏法を證する事が出来ないのです。

「参禅の人且らく半途にして始めて得たり、」

半途にして始めて得たりとは、一体どういう事か。ここらは誤まり易いといひです。半途にしてとは法の本分の上から、今は半途でも「口」出来るように努力を怠らねば、全てそれが道だから皆分かる時節が来るぞと。要するに、平生が道だから、余念さえ入れなければ道自体でしょう。既に道だから分かることする必要はない、「口」努力しておれ。そもそも捕まえようがないし認めようがない端的だから、分からぬのが道なのだ。分かる血口がないからこそ徹することが出来るのだぞと。「半途にして始め

て得たり」とはこの事です。

中途半端だと言つ自覚が有ればこそ、本当に何とかしようと努力心が起つ。その菩提心を大事にして大いに努力しなさい。努力さえ怠らなければ、必ず道に行き着く。実際の努力を怠るな。小成に腰を掛けとは成らぬと言うことです。

「全途にして辞むること莫れ。」

分かつたぞ。これだ！ と言う理屈や自信を持つなと言うことです。分かつたと思ったものは全て法理です。法理が分かると、到り得た積もりになる。これを「全途」と言つのです。道を塞ぐ恐いものです。自己を運んで法を得るは迷いだと、古人はちゃんと注意しています。その途端に自我のバリアが出来てしまい、動きが取れなくなるのです。

その上で幾ら坐禅しても一向に埒が明かなくなるのです。得たと思つたら信念になり自信になり、そこからなかなか抜け出られない、所謂法我見となるので、正法を受け付けなくなるのです。信念の世界は知性を超えた世界ですから、未だ本當ではないと理屈で分かつても、それを撤回するのはとても困難です。自然そこに腰を掛けてしまい、自信が実地の修行を疎かにさせるのです。だから修行者の心得として、深く注意を促されたのです。

結局眼に任せ、耳に任せ、体は体に任せ、心は心にさせて「只」一心を守るのみです。何事も一心不乱に「只」しておればいいのです。結局只管打坐、只管活動こそ、仏祖の堂奥に到る唯一の道なのです。道元禅師の真意は、仏法さえも持たず、捨てて、捨てて、ひたすら行していくのが本當の修行だぞ。得たつもりになるなど。

「祈板、祈板。」

此処が大事なところだから、頼むからしつかり努力して大法を守つてくれよ。と道元禅師は血を吐く思いで我等に道を託されたのです。誰か寒毛立せざる者あらんや。祈祷、祈祷。

これが第八章です。此処は真骨頂丸出しです。珠玉の固まりです。分かる分からぬの自己を運ばずには、只読むことです。時節が来、徹する時が必ず来ますから。大切な事は日々努力する事です。朝に晩にしつかりと坐禅をすることと、心を空っぽにして単々とやる事です。これが徹する一番の早道です。時間があつたら坐禅することです。功夫も修行も何もせず、「只」坐すのみです。心が動いても、それは癖だから勝手にさせて付いて行かないことです。やがて治まりますから。

信心銘に「大道は難易なし」とある通りです。既に眼は眼をしている、見てる、難しく見るとか易しく見るとかは有り得ない。全身そのものになつておれば自己がない、心がない、我がない、拘りがない。いきなり仏の世界、悟りの世界です。徹しきらないから元に戻るのです。

本当に真面目に、淡々とやつておれば即行です。行がそのまま結果を出してくれるのです。般若心経に「深般若波羅密多を行す」とはこの事です。結果として、「五蘊皆空と照見して、一切の苦厄を度す」の時節が自ずから来るのです。ですから眞実の道を道として行じておれば良いのです。他に求めるは全て煩惱です。合掌。

老師・・募金有難うございました。そのご報告を致します。お陰様で目的通り袴五十本、作務衣五十着、そしてあちらで二十枚の座布団を調達する事が出来ました。本当に有り難いことです。

十日に少林窟を出発して明くる日現地へ入りました。フランスでは日本人はかなり信頼され優遇されて怪しられる事はありませんでした。それらを持ち込む時、検閲に引っ掛かる心配があつたから、これは先輩方の誠意ある行動が、日本人全体の信頼を高めてくれたお陰です。先輩方に感謝しました。民族が信頼されると言う事は、理屈無く気持ちが良いですね。有り難かったです。

フランスの民族性の一部が少し分かりました。一つは生活様式に依るもので、畳の日本人と、椅子の西洋人とは、腰の座りが違うと言う事です。畳生活は腰が坐つてあると言つ事です。同じ事をやつても持ちが全然違うのです。彼等はたつた一日半の坐禅でへばっちゃいました。腰掛けは適当にもたれますから、精神性としても知らずに依存心が育ちやすい姿勢なのです。腰に力が入らない生活だと言うことです。正坐にはそれらは有りません。その姿勢は覚悟済みで、最後まで自分を守り通す気構えを育ててているようです。

それから先は坐禅が苦痛になり、集中力が極度に低下して散漫になりました。後半のその分だけ進歩向上が遅々としました。これが身体上における日本人との差です。

もう一面は内面です。通訳が必要ですから説明時間が倍かかるることは当然ですが、通訳者が坐つて法が分かっている人とそうでない場合とでは、真意の伝わり方に可成りの差がある。これも当然ですが、法が分かっていなければ言葉に忠実にならざるを得ません。されば概念変換に多大なエネルギーを費やすことになります。先ず正しく理解したかどうかの自己採点があり、その上で適切な概念選び言語選択となります。自分の知性領域を超えた世界に対応するとなると、理解に苦しみながら領域外の表現のための連続努力です。極度の緊張ですから限界があり、一人の通訳がいましたが、一人は倒れるというハプニングも有りました。当然だと思い出しましたよ。とても真面目な通訳者で今後が楽しみな人達です。

何しろ西洋は今日的な文明を発達させた本家本元ですから、実に論理的物理的であり、実に機械論的なんです。日本人の様に、本音と建前と言う様な、知性と感情と、個人的意見と一般論と、今現実の事と過去のことと、これらを同時的に思考し判断しようとするのとは根源的に違う精神構造であり思考系です。裏側に感情があつたり人間的計算があつたりと言う様な民族と違いますから、その点は實に端的であり明快です。

と言うのは、具体的論理的に説いて行けば、想像以上に伝わり易くて、それだけ楽に納得する精神構造をしています。しかも彼等は、その精神の深遠さに即敬意と信頼を置いてくれるという、直接的直線的な知性と感性をしています。

日本の色々な指導者がヨーロッパに於いて参禅の指導されています。それはそれなりの効果を上げているでしょですが、「まあ、とにかく坐れ。坐らなければ分かる世界ではない。坐れば分かる。」と言つた指導では、彼等は心の内で迷動したままで。だから決して心は定まらないが故に、納得した方法論を持たない修行だから、実際に於いて従来の仮の信仰的心情の坐禅に過ぎない筈です。つまり、坐禅が瞑想と訳されてしまうのも、心の状態から言えばまさにそだからです。

どこが適正ではないのか。簡単に言えば、理と事が明確に区分して作用している精神ですから、修行という事の前に、先ず理解して貰えるよう徹底的に理を尽くすことが肝要だと言つことです。理は言うまでもなく知性の世界であり、言葉と概念と論理の集積体です。彼等の精神基盤は、ヨーロッパ文明を支配してきたキリスト教信仰が根底です。しかしこの精神的傾向は、殆ど無意識無自覚的なものに近いので、明確に知性に訴えて、一句一句理解し納得していく論理展開が必要なのです。そうであれば、

自然体でキリスト教的に理解しようとするとよりも、より優れた確かな解決方法であつて、明確な理解が得られる理論であれば、素直に納得してくれます。信じられさえすれば、彼等は積極的に坐禅修行しようとします。

とにかく曖昧な理屈では納得しないし、納得しない限り彼等の底辺に潜む従来型の認識法で禅を理解しますから、決して上手くいくものではないのです。実質の成果が出ていない何十年間の指導は、ここに根本原因があるのです。事の初めには、徹底して理を尽くすことです。その為には本当に体得し理解していなければ、彼等の自由な発想と疑問と、完全なる納得要求には対応出来ません。

現在主流を為している一団がありますが、彼等は決して眞の求道者とは言えません。人間性不在の方的な祈りに虚無感を持った人達です。キリスト教信仰には修行としての事、即ち明確な自己存在がありません。自己努力による具体的な信仰、それが禅修行ですが、彼等は眞箇自己を解決する坐禅を目指しているとは思えません。自我のままの坐禅に終始していますからね。禅的仏教的信仰生活に安住していると言つた方が適切です。

結局キリスト教信仰の形体を奥に引きずつたままの坐禅です。ここが擦れ違つ点です。と言つのは、正しい禅修行のために必要な、自己を捨てると言つ肝腎な基本精神が理解できないところです。自己を捨てる具体的な方法こそが坐禅修行の中心です。ですから旧来を引きずつたままの坐禅では駄目だとう事を、徹底理解させ納得させることから始まると言つことです。つまり、確固とした論理が必要だし、質疑応答を徹底して根底から納得させなければ駄目なのです。悲しい事ですが、今までの指導に欠けていた決定的な要素です。

正法に縁が有るか無いかは、これから我々の努力に掛かっていると思いました。私にはみなさんとても良き学人達です。

実質明くる日、四月十五日から始まつたのですが、十六日の午後、僅かに丸一日の参禅なのに「是れは是れ」と言う事が分かるんですから。みんなではありませんが、日本人からしたら驚異ですよ。二日目と言えば七転八倒してゐる時でしょう。「人生してきた中で、これ程の落ち着きは感じた事がない」と言い、しつとりと落ち着いて來るのであります。脳構造が全然違つのです。

私にとって實に説得しやすいのと、今後気を付けたいのは、彼らに腰の粘りが無い事から、坐を半分にして後は説法と質疑応答の時間に当てていこうと思いました。徹底的に疑問を解き質問に答えて行くと、坐禅を半分に削つたとしても、時間的な到達点は大差ないと確信しました。

別のお知らせですが、例のカソリック寺院のホテルは大部出来上がつていきました。全体更に俗化していく、本当に寺院と言う空氣じゃなくなつていきました。悲しい事ですね。ゆっくりと全体を散策して見ましたが、實に環境が良いですね。あれが精神文化のサロンと言いますか、センターとして使える様になればと、思いを新にしました。

その事を現地の門下生の方達に少し吐露しておきました。未だ本当のノリまでには到つていませんので、「シオンを守る会」の結成に至るまでにはもう少し時間がかかるかなと思います。本当に大乗精神である禅の心を持つてしまないと家庭も駄目になる。社会の健全性も、本当の平和を構築して行く事もあり得ない、と言う信念にまで早く高めたいものです。

会が結成されると、自分たちの力で護持して行きますから、草刈りも、腕に覚えのある者は建物の修復にも、又物心両面に渡つて協力しあうでしようと、禅のみならずヨガやお茶、お花など、向こうでは結構武道も漫透し始めていますので、曜日を変えて活用すれば素晴らしい事に成るでしょう。

ドイツにもヨーロッパの主要都市に非常に近いですから面白くなるんじゃないかな  
いかと思います。この度二十一人だったのですが、二十人以上が寝泊まりをして修行すると云う環境は、  
なかなかありません。かなり山の中の個人持ちの館をお借りしてやつた訳です。ドイツではそういう施  
設が各地域にある様で、原田雪溪老師の参禅会は五十人から集まって、一週間の接心が催されたと言つ  
事です。フランスでは無いのです。

あの僧院が速く自由に使える様になつたらなと思います。向こうの人もやり出したら結構熱心ですし、  
これだと決めたら一筋に進める頑固さをもつた民族性ですから、ひょっとしたらそうなるかも知れませ  
ん。

それから、袴と作務衣は日本全国から道を志す人達によつて寄付されたものだと伝えましたら、皆さ  
ん不慣れな手で、あの複雑な袴をたたんでいました。やはり誠意は誠意に通じていきますね。期待は大き  
いと思いました。

十七日に終わり、又シオンに帰つて一泊し、十八日早朝パリに出ましたが、流石にもう疲れました。  
泰法さんだけは元気でした。彼は一日五食ですし、時間があれば眠つていますから、彼にとつては時差  
と言つものは無いですね。あれは良いですね。元気百倍で彼だけ一人でルーブル美術館へ行き、私達は  
すっかりのびてベットの人でした。

その夜は日本食を探して慰労会をし、タクシーでコンコルド広場、凱旋門そしてエッフェル塔をクル  
リつと廻つて帰りました。観光と言えば僅かにそれだけでした。二十日には日本に上陸しておつたんで  
すが、大阪でちょっと用事を済ませて一昨日帰窟して、今口こぢらへ赴いた次第です。昨日一日道場に  
居ただけです。少々ハードでしたね。しかし着実に少林窟の法は浸透しています。

七月には道場へ単身で来られる夫人も現れました。物理学者の奥さんです。

第三回目は十月の終わりから十一月に掛けて行いますが、カソリック系のラジオ放送局部長にアンさ  
んという方が居られます。その折り、その方は私との対談や仏通さんとの対談も予定しているそうです。  
又、アンさんが中に立つて、カソリック本部のトップ連中と出合えるように計らつてトキツしているそ  
うです。前途はとても明るい、と言つのが実感です。

もし今回の写真を見てみたいなと思つたらネットを開いて見て下さい。大体以上であります。  
質問がある人は遠慮無くして下さい。

参禅者A・・・ 初めまして、田部と申します。前回も参禅させて頂いて今回も二回目です。普段仕事を  
していく、何か引っかかる事があった時に、今までだつたらずつと引きずつてしまい、家にまでも続い  
ていきました。最近心に引っかかった時には、その時その時の行為に戻ると言うか、その時やつての事に  
注意を置いて、引っかかった事から離れる様にしているんですけども、そう言つ事で宜しいんじよ  
うか。

老 師・・・ その通りです。ずっと真剣に続けて下さい。必ず様子が変わつてきますから。  
参禅者A・・・ 例えば今、こうして立つてあります。この立つてある事実に集中するように心がけている、  
これで宜しいのですね。

老 師・・・ そうです。それが一番良い解決方法です。「今」に成り切ると、過去は落ちて完全に過去  
になるのです。そうすると過去の引きずりは自ずから減少していくのです。今、今に親しくなればなる  
程、過去から解放されるのです。要するに引っかかる自己が落ちていきますから、過去ばかりではなく  
見聞覚知全てに引っ掛からなくなるのです。難しく考えないで、それだけを遂行して下さい。

参禅者A・・ ありがとうございます。

参禅者B・・ 竹内と申します。坐つてての腰の事ですけれども、実は腰が悪いために痛みに対する警戒心が邪魔をしています。凄い痛むとか、火に手を突っ込んだ様な痛みじゃありません。何時もだるいな、ちょっとと腎臓の裏あたりが痛いとかその位です。普段不自然な具合に対して、何かアドバイスがあつたら頂きたいと思います。

老師・・ それはお気の毒ですね。気にしなかつたら良いと言うのは、心得としての事です。が、この体は条件の固まりですから、痛かつたり辛かつたり、寝不足であつたり栄養失調であつたりすると、それから先の生活に大きな影響を与えます。ですから治せるものは努力をして治す事です。

今、得たいの知れぬ病が増えておるのも確かです。一方では病気の捉え方が西洋と東洋とは違うことも確かです。西洋は対処法と言いますか、病症に対して治療する。その為に分析し検査してそれを数値に表して対応する。現象の対応ですから即効性が高く、目に見える形で療養するのです。今は世界的にこれが主流です。

東洋の体の捉え方は、大切なのは全体のバランスであつて、健全かどうかは全体がバランス良く整つてあるかどうかだと捕らえるのです。西洋式の検査では病気じゃないと結論付けますが、でも調子が悪いと言う様子が屡々あるんです。これは東洋から見た時には明らかに病的なんです。本当に健康じゃないのです。そうすると健康の定義はどうかとなります。

朝明快な目覚めと同時に、バツと活力が漲つてくる身体。

疲れてもちょっと休んだら直ぐ気力も体力も回復する身体。

何を食べても美味しく、いくら食べても太らない身体。

直ぐに眠れて、朝まで目覚めない完全弛緩出来る身体。

一日位眠らなくても持続が利く身体。

暑さ寒さにも十分耐えられる身体。

風邪など引くべき時には引いてさつと治る身体。

であれば本当に健康です。平素調子の良い時と悪い時とありますから、それは上手に、悪い時には悪い様に対応しなくちゃいけません。君は腎臓の裏あたりが思わしくないそうじゃないか。これは明らかに偏り疲労や偏り緊張等が原因ですから、それを取れば良いのです。

どうやって取るかです。やはり各組織や骨格の可動性や柔軟性をつけて柔らかくしてやれば、自動復帰機能と言うか自然調律機能と言うか自然治癒力が活発になり、元の自然体に還りうとするので、それを助けてやれば治るので。気にしなかつたら健康になる、禅で無心になり無視したら治るという様な、非科学的な自己管理ではいけませんよ。やつぱりマイナス時には意識的に努力をしなければね。

で、君の体に対してのアドバイスは、ぐにやぐにやとよく脱力をするような運動をすることです。弛緩と緊張が明確な身体にすることです。頑張る時にはバツと力が入るけど、抜く時にはスパツと抜ける身体。そうすると常に元に返らうとする自然治癒力が働き、少々無理をしても元に復帰してくれますからね。

何時もオーソドックスの状態のままにあれのかと言つたら、そんな事は無いですよ。やはり疲れたから疲れた様に、次の日、その又次の日ぐらいにどつと疲れが出て、自然に休息を取つて復帰するようになつてゐるのですから。元に返る力を旺盛にしておくことが、予防と同時に健康であると言つことです。それが健康のバロメーターです。今はとにかくグニヤグニヤ体操が良いと思いますよ。よく可動性をつけてやつて下さい。そうすると良い眠りが来る。発刺としてくる。自ずからいつの間にか活力が漲つてくる。その上で修行して、何事も気にしない境界でやつて行くと最高です。参考になりましたか。

参禅者B ・・ はい。ありがとうございました。

老師・・・頑張つて下さい。

参禅者：・・・はい。古本と申します。老師が「法話の中で、田の禪と言うか、耳の坐禅と言いますか、法話を聞く時は分別心無しで聞け、とおっしゃいました。それは音の禪、音そのものに成れば坐禅と同じだと理解して良いのですか？

忘れていいはよいと理解していますが、「この法話はどんどん忘れる事は出来ませんけれども、手放してしまって行く事が今に徹する事ですか？」

老師・・・ そうです。けれども忘れよう、捨てようとするのは、一回脳の中に取り込んで、次に捨てると言う作用を必要とすることです。ワン手続きを余分にする状態ですね。禅の心得は、心の中に取り込まない事です。取り込まなかつたら捨てる用もないのです。つまり今、今は自動的に終わつていて、捨てる物もなく、捨てる作用も必要無いのですよ。これを只管と言います。只管打坐、只管活動です。単を鍊るとは」の事です。

それで「只」することが根本治療だと言うのです。ぎりぎり一杯の今、今を守つておれば、でも自動的に消えて用がなくなつてゐるのです。これが確かな事実です。日常を綿密にやつて、「全く今しかないな、全く過去がないな、これだけだな」と言う事が自然に分かつてきます。

今少し科学的に、もう少し真剣に、きりきり一杯の本当の生命の躍動そのものに切り込んでいくのです。生命とは何かと言つたら、見る時には見るこの事実。立つ時には立つ自体。歩く時には歩くそのもの。怒る時には怒る世界。今一瞬一瞬が生命であつて他に無いのですからね。一瞬一瞬の全ての出来事を、一から理屈をつけずにあるがままを見逃さずにおれば、全部終わつていつている事が分かります。終わつて無い、無いながら今有る。今はちやんと有るけれども、次の今には既に瞬間前の今は無い。有りながら無いのが今、無いながら有るのが今。この如実の様子がはつきり分かつて来ると、もう全く把鼻なし。捕まえようがないからね。只縁に従つて素直に淡々と在るのみ。自然体と言つことですね。

かつてくるのです。

「いやが一方の理に偏する」は自分を運んでしまひ。「ああ、これが宇宙の意志だな」と勝手に思い込んでしまひ。やると想像した空想の宇宙となり、事実の「今」はそれが既に宇宙である事を体得出来ないのである。今の「れを除いて「宇宙は無い」のです。だから一円無くして一億円は無い」と同じで、今の事実を抜きにして無限の空間も時間も無いので、「今」「今」を実験実究したこと、「只」が宇宙だと言つ事が分かつてくる。

曲口を運んだ空想論の宇宙は、空間的に無限、時間的にも無限な世界との概念をもって想像する。そんな事を想像すると、必ずこの宇宙の創造主といつもの想像しなければならないのです。理由が今わたくなり混沌としてくるからです。その為に神が出て来たりするのです。それは実体とは何等関係ない観念上の世界に過ぎないのです。

実際の宇宙は無因性空で縁のしかりしむるもの。今がそれです。無常であつ流転で自由に姿形を変遷して生きた世界です。眼前の様子であつ、口説です。大きことか小さことかを越えたのが宇宙なので、大小を越えてこのから計算にじが出来ないのです。だから無限なのです。だからたつた一呼吸に宇宙が治まつてゐるのです。指一本が宇宙を代表してゐるのです。比較の余地の無い世界が宇宙ですから、拘りがなかつた即宇宙です。隔ての無い「只」の世界を語つのです。それが本来の今です。私達その物の「只」です。隔てがあるから分かれぬだけです。

参禅者〇〇 今になると語つ事は無我と同一と語つ事ですか。

老師〇〇 その通りです。同じです。

参禅者〇〇 先生。今語られた事は「念」と語つ事ですか。

老師〇〇 わつです。同じです。「一心」と語つても「今」と語つても「無我」と語つても「是れ」と語つても「這裏」と語つても一つ事ですかよ。言葉が違つだけです。

参禅者〇〇 先生。縁に心じて動いて行けど語られたんですが、浄土真宗では他力と言つ事ですか。同じ様な事でしょつか。

老師〇〇 他を立てた時は他力ですね。何となしに向ひての縁に従つてやつて語つ事だから。だけれども自發的に縁に従つて「只」無く「只」あれば、やつて他を越えてゐでしょか。

参禅者〇〇 自他を越えて云ふ。

老師〇〇 縁と一つ語つ事は宇宙と同化してゐると言つ事だから。

参禅者〇〇 あつがといひやつてました。

参禅者〇〇 私、やつぱり腰にきます。少し猫背な上に腰も強くなつて精一杯やりますと段々痛くなつてくるとです。

老師〇〇 それは負荷を自然にかけていますから、良くなつですね。状態に対してもつすぎですか。

参禅者〇〇 坐り慣れると言つ事はありますか。

老師〇〇 あります。が、無理に坐る事に耐えて云ふ事は無理を重ねた分だけが老化し硬直してしまいます。それが一番疲労して体全体アーバン病を起しますからね。そういうと頭の或る部分だけが緊張して眠りが浅くなりますよ。

何故、筋肉の疲労が眠れなくなるのかと云つと、鶏やら猫を見ても分かる様に、自分の痒い所を間違になく力りかつと搔くでしょつ。それは皮膚の表面の地図が、キチンと頭の中に単位の正確さで存在して、間違いなく知覚されて云ふと云つてます。痒い所に手が云々の為ですよ。全身の地図が脳の中にありますから、手なり足なりに指示されて行動にならのです。

だから筋肉のそこがくたびれてくると、担当しておられる脳の部分が何時も刺激されて云々の為に脳までくたびれてくるのです。その云つ事は、精神衛生上にも非常に良くなつのです。我慢し耐えて慣れると言つ発想は、全く問題のない健全な身体に言ふ事で、既に症状となつて現れて云々の場合には間違つた考えですから、よく気を付けて下さい。

参禅者〇〇 例えば坐禅はしたこのだけれども、腰が痛い場合だつたら椅子に座つてやつとか、壁にもたれてするとかでも良いのですか。

老師〇〇 とても良い方法です。更に良い方法は、呼吸に合わせて「ギャガギャ」と柔らかく動かすことです。自然の動きに任せても大きくゆっくり動くことがあります。ほぐれて疲労も取れます。これは云つてするのです。老師、タ「のよつて脱力してぐんぐんやつて」の運動を真剣に「只」した方がずっと効率的ですよ。偏り疲労を取つて自然体に戻せば何でも快適に出来る身体に成るのであります。今の状態では坐禅はせずに「只」ぐらべりやるといひます。そつすれば身体は自然体にせりつて、命わせて修行にもなつて一番良いのです。

参禅者D・・ その様にしたら修行しようと思わなくても、勝手に修行になつてゐる事ですか。

老 師・・ そうです。一つ事に没頭して我を忘れてやつて、全部生きた正しく神修行ですよ。

参禅者D・・ は。

老 師・・ だから勉強の時は勉強に没頭して余念無くすのが禅です。「遊びたいな」とか「厭だけれど、今勉強しなければいけないなどと余念を起しますと葛藤します。勉強の一 心でしたら勉強禅です。」の時、勉強も無く、勉強して「る自分も無」のです。本当に徹したらこぎなり祖師です。是れ程大きな獲物は無いでしょ。参禅者D・・ 葛藤は何処から生まれてゐるのですか？ 僕は葛藤を望んでゐる訳ではないのに、この間にか何処からか葛藤が生まれてゐるのですが？

老 師・・ 良い質問です。それが心なんです。何処にも無の間に、縁に感じてはと内発する。それが自我であり隔てであります。いつも言つものをつべと起つて来る。嫌な事を言わると嫌な感じがして来るでしょ。それは何処から起つて来るのかと云つて、何処にも無のだけれども、いつも風に反応するものがちやんとある。それが心です。

怒りと言つものは「今」は何処にも無の間にあります。何時でも何処かに有るのではなくてはなす。でも猛烈に厭なことをされると怒りが出て来るでしょ。いつも反応する心が有るのです。これが隔てです。しかもその動き出したら過去數十億年の人間に到達していくまでの進化歴史の中の過去世の業が呼び覚まされてしまつのです。終つては「おのれ！ 殺してやる！」と攻撃性や残忍性が表に出てしまつたり殺し合つて成るのです。

「これは生きてい行く為に身を守らねばならぬ状況下に在つて、自然に眞わつた作用です。弱いもののが存在し、強い者は弱いものを取つて食つて、弱いものは取つて食われない様に常に警戒して生きて行かなくてはならない。人間もこの弱肉強食の本能を引きずつておるから恐いのです。いつも心がある限り、それを刺激すると出でてくるのです。つまり何処かに有るのじゃなくして、そのこの歴史即ち業を引きずつておるものだから、刺激されるとその機能してしまつのです。知性で思考し判断して自分がそうするんじゃなくして、いつも言つ過去を引きずつてこの為に、刺激に対して自然に反応し発動するものだから手がつかないのです。意志や理性で何とかしてやるうとしてやつても、いつも言つては「か」すと生来的な代物なのです。

だから幾ら真剣に祈つても駄目だと言つのです。どんなに助けて下さること頼んでも祈つても信じじても駄目なのです。」の根元を解決しない限り必ず顛倒する事がある。だから修行は急の訳には行かないのです。

参禅者D・・ 根元を解決する事が今の話で言えば、今やつてゐる事に自分の意志を向けて、集中して、と云つ以外には方法がないと言つ事なんですか。

老 師・・ そうです。無このです。構造的に不可能だと云つことが分かつたでしょ。だけれども「今」発動するのだから、「今」を押さべてその止体を体得すれば、発動する元が空だと分かりますから、前後が無い純粹な「今」ですから問題化しないのです。「只」に目覚めれば引つかならない、「只」であればやつて言つものに刺激を受けなくなる。分かぬでしょ。過去も自分も無いからです。

参禅者D・・ 言葉としては分かりました。体得しない限り知識だけでは何とも成らない」と言つても分かりました。やはり「今」やつてゐる事の後に結果がつづくるから、どうしても最初は、根本の「今」に徹する努力を行かなければならぬ、と言つ事はよく分かりました。

老 師・・ ポンと起きた念に引きずらわれてしまつたが、知らん顔して転がしておけるかです。「」が努力のしないであります急所です。念の無の念、無念の念、無相の相を練つておれば闇でが取れるのです。「今」「今」です。聞いたまま、見たままなりが眞の「今」が眞の「今」で、感情に搖すぶられて葛藤する」とは無このです。道理としてはよく分かるでしょ。

参禅者D・・ それは分かります。

老 師・・ だから「今」を体得すべく努力するしかなこのです。迷ひ自分を救うためにぜ 今を離しては駄目だと云ひます。日々、「今」を真剣に大事に、「今」やつてしかなれば、これは祈つたつて無駄ですかよ。そんな事で解決がつゝ相手ではないから。

参禅者D・・ 他人がする事と同じ事ですよね。お茶は自分が飲まなきやお腹に入らなつてます。だから。老 師・・ 正にそれです。自分の問題だから自分が「今」引つかならない様に「今」するしかない。何でも出した瞬間にさつと外す。出た念に引つかならない様になつたらしめたもの。一大事因縁も近しだす。

参禅者D・・ それは筋肉と一緒に徐々にやつて肉に「今」が分かつてくる。何時でも「今」に焦点を合わせられるよつてなる。なぜやつぱり少しずつ慣らして行かな事には、未だ直ぐには出来ませんの。

老 師・・ そうなんだが、別の言ひ方をしたり、引つかぬと言つ事は目の刺激が大脳に入り、知識と結びつく。それが一秒の何百分の一のペースで繋がり脳を揺すぶる訳だから、筋肉を鍛えるのと並りよりも、見ても情報化する余地をとえなつ様にして「今」見るよつて努力するだけでいいのです。鍛えるのではなつのです。

参禅者D・・ 自分が認識する前つて言つ事ですね。

老 師・・ つです。つです。認識つて言つのはある特定のものに對して意を用ひて概念構築する事だから。認識する血口をえなかつたら觀念と觀念、概念と概念の結合がなこので問題が起つたなこのです。

参禅者D・・ ちょうどこの換気扇の音と同じ事ですよね。「ト、ト」と言つ音がしてゐけれども、僕がそれを認識しなつて跟り、常に抱つても存在しない。つて言つ事ですね。

老 師・・ その通り。認める血口がある限り刺激に余つて、即関係が出来ちゃう。出来たら即大脳がクルクル回つ出す。忽ち身動きが取れなつ様になる。

老 師・・ その通り。認める血口がある限り刺激に余つて、即関係が出来ちゃう。出来たら即大脳がクルクル回つ出す。忽ち身動きが取れなつ様になる。  
やつすと、神とは何かと言つて、首から上を切り落とす事です。聞ても聞かない、見ても見ない、嗅いでも嗅がない。要するに囚われなつて言つ事です。その時そのまゝ、その場そのまゝ、それそのままであれば良いのです。これが、血口が無いことなのです。

参禅者D・・ 無こと言われるのは、やつて花の香つと同じ事ですね。香つ 자체は事実として有つても、「あの花の香つだ」と血口に意識で関連づけて捕まえなつてあります。それ以前の事実ですね。僕がそれを意識しなければ、それがそこに有つても、僕が関わつてはなつかり、香りの臭、花の臭。それは無こと同じ事なんですね。

老 師・・ その通り。要するに、血口が無ければ一体ですから、何も言つひととはなつてます。有るとか無いとかと言う状態になつた時に、もつて関係が有つた上の話です。本当に香りのままでおひましま、有るとか無いとか、香りとかの理屈は無このです。勿論、良し悪しの念も無い。自然の臭、本当に素直であれば良いのです。簡単に簡単に取つて、単調に修行しなさい。

参禅者D・・ はい、癖がやはつ出でしまつますが、努力します。

老 師・・ 簡単に智慧で持つて、と解決つかやつたと誰もが思つ。けれどもやつて血口がある限り永遠に血口から脱出来ないからね。やつて言つて抱く血口を取つて行くのが禅修行ですよ。何でも只素直に淡々とやつておれば良いのです。

参禅者D・・ あらがつて、まつた。

世話人・・ 時間が参りました。終わつましよつ。合掌。